



# La programación **Neurolingüística**



## LA PROGRAMACIÓN NEUROLINGÜÍSTICA

---

*Todo el mundo piensa en cambiar el mundo,  
pero nadie piensa en cambiarse a sí mismo.*

*Leo Tolstoy*

Para sustentar la implementación de la programación neurolingüística, PNL, en un ambiente de aprendizaje, es necesario conocer un poco de su historia. La programación neurolingüística data en el año 1970, se creó entre John Grinder (lingüista) de la Universidad de California y Richard Bandler, matemático, experto en informática y estudiante de psicología para la época. La investigación emprendida tenía como finalidad comprender cómo a través de la comunicación y el lenguaje se producían cambios en el comportamiento de las personas. Grinder y Bandler, se propusieron demostrar que hay un potencial al estudiar los extremos, en este caso, los genios que se involucraron en la pesquisa: tres reconocidos profesionales, la terapeuta familiar Virginia Satir, el padre de la hipnología médica moderna, Milton Erickson y el creador de la Gestalt, Fritz Perls, el conjunto de los patrones que modelaron está conformado por la forma de sus intervenciones verbales, el tono y el timbre de su voz, sus actitudes no verbales, sus acciones, movimientos y posturas, y sus influencias intelectuales que dieron origen a la PNL (Acosta, 2007). Los modelos iniciales de la PNL, generados en el estudio inicial, se describen en la Tabla 1.

**Tabla 1. Modelos Originales de la PNL**

| Nombre del Modelo   | Autor                       | Uso   |
|---|-----------------------------|---|
| Milton de patrones de Lenguaje  | Milton Erickson (1901-1980) | Generar en las personas un trance ligero para generar cambios. Se entra en el plano inconsciente, a través de estrategias de doble vínculo, supuestos conversacionales, preguntas ambiguas o lenguaje paradójico para aprender, a través de situaciones que salen de las respuestas obvias.   |
| Cinco claves de comportamiento y personalidad “relaciones humanas en el núcleo familiar que subyacen en otros espacios” | Virginia Satir (1916-1988)  | Comunicar a través de diferentes lenguajes, aplacar, culpar, superrazonar, distraer o comunicar funcionalmente, lo cual origina:<br>El aplacador o minusválido: No expresa su opinión, busca aprobación de los demás.<br>El culpador o agresivo: Siempre encuentra los errores de los demás, es dictatorial.<br>El superrazonador o políticamente correcto: Correcto, lógicamente en exceso. No muestra sentimientos ni reacciones.<br>El irrelevante o en su nube: No lleva e hilo de las conversaciones, cuando habla o hace algo parece que no comprende la situación.<br>El comunicador funcional: Comunica sanamente, verifica, comprende, demuestra franqueza y no le teme al interlocutor. |
| Se analiza el pasado y se centra en el presente. El aquí y el ahora   | Fritz Perls (1893-1970)     | Centrarse en el presente como elemento clave para el cambio.  |

*Nota: Elaboración propia con base en los postulados de Boyes et al. (2014)*

De acuerdo con los estudios iniciales, John Grinder concluyó que: “la PNL tiene como fundamento el estudio de los procesos, a través del modelaje, cuyo objetivo es la identificación de las ‘diferencias que hacen la diferencia’ entre un genio y una persona media en el mismo campo o actividad al mismo tiempo, es una epistemología operacional”. “Las motivaciones para crear la PNL fueron múltiples. Entre ellas el rechazo a ciertos conceptos que la psicología había aceptado. La psicología occidental centra sus estudios en el comportamiento del individuo medio y acepta una aproximación estadística al estudio del ser humano. Se propuso demostrar que

hay un gran potencial en estudiar los extremos (genios) y que la metodología de investigación apropiada es tratar a cada ser humano como un sistema con reglas únicas, que no debe ser promediado con otros sistemas también únicos e independientes. El sistema adecuado para analizar el funcionamiento humano es el modelo discreto (Matemática), en particular, la teoría Autómata” (como se citó en Mejorada, 2015, p.12).

Posteriormente, se ha encontrado que la PNL *se centra en el análisis de la comunicación y de los procesos de cambio, estudiando la estructura de la experiencia subjetiva* (Launer (2007) citado por Sánchez & Boronat, 2014). La comunicación humana no es solamente las palabras, es un conjunto entre las palabras, el tono que emplea para emitirlas y la expresión corporal, como se describe en la Figura 1.



**Figura 1. Componentes de la comunicación humana**

*Nota: Elaboración propia con base en los postulados de Serrat (2005)*

La PNL es un conjunto de técnicas que pretende conseguir la excelencia en la comunicación interpersonal e intrapersonal; la idea como lo señala Serrat (2005) es potenciar las capacidades y creencias para comunicarse mejor con los alumnos y compañeros, la idea es detectar los conflictos internos y aplicar estrategias para solucionarlos. La idea es aprender a comunicarse bien para tener éxito en la vida social y profesional. Se trata de optimizar el entorno a través del liderazgo, la optimización de tiempos, la autoestima, y la resolución positiva de los conflictos, entre otras.

Al respecto, Serrat (2005) analiza y define la PNL como un modelo de comunicación que interpreta lo que sucede alrededor con el propósito de mejorar la comunicación consigo mismo, evitar los pensamientos limitadores, solucionar conflictos internos y mejorar el autoconcepto. Y con el propósito de mejorar las relaciones con otras personas, a través de la potenciación de la empatía, descubriendo las creencias de los demás y practicando la asertividad.

En el contexto educativo, la definición de PNL que presenta Serrat (2005) para los docentes es muy clara y apropiada, el autor desglosa y explica cada término:

**Programación:** proceso de nuestro sistema sensorial para organizar sus representaciones generando estrategias operativas.

**Neuro:** todo nuestro comportamiento se asocia a una actividad neurológica dentro de la persona.

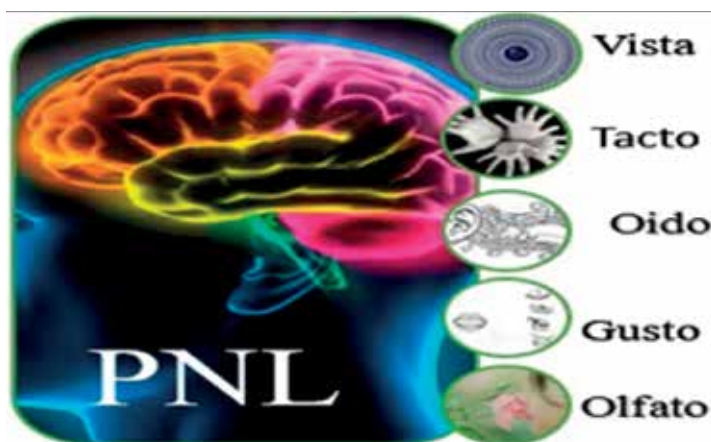
**Lingüística:** la actividad neurológica y las estrategias, se transmiten en la comunicación especialmente en el lenguaje.

Otros autores como Bavister y Vickers (2005) que han explorado en el contexto educativo, refieren que la PNL *es un modelo por medio del cual se experimenta el mundo a través de los cinco sentidos* (como se citó en Álvarez, Cruz y Camarillo (2014)). Por esto, se establece una relación directa entre la percepción del mundo a través de los sentidos y la PNL, como lo muestra la Figura 2, es necesario reconocer como la mente procesa las sensaciones para transformarlas en percepciones y construir a partir de ellas una estructura individual o estructura psicológica que no es otra cosa que el mapa de la realidad. Las personas perciben la realidad a través de los sentidos, que conllevan a tres canales sensoriales frente a los cuales el cerebro será más sensible para codificar las experiencias y decodificar las experiencias, como lo señalan Aquiles, Zaric y Velasco

(2008) *se trata de ser dueños de nuestras mentes en vez de ser víctimas pasivas de la misma.*

Queda claro que para percibir el mundo están nuestros sentidos y la forma como se percibe, se denominan sistemas representativos; los sistemas representativos primarios corresponden a: Visual (V), Auditivo (A) y Tacto o cenestésico (K o C). Los *sistemas representativos secundarios* son gusto y olfato, como lo presenta Serrat (2005).

Es importante precisar que algunos autores como Serrat (2005) y Boyes (2014) utilizan el termino cenestésico porque son las sensaciones que procesa el cuerpo a través de los sentidos, se trabajarán como sinónimos, en este trabajo.



**Figura 2. Los sentidos codifican las experiencias a través de la percepción de las mismas**

*Nota: Elaboración propia*

Concluyendo sobre este primer aparte, uno de los postulados fundantes para la innovación que conlleva a la implementación de la PNL como estrategia pedagógica en ambientes de aprendizaje, en el proceso investigativo que en esta obra se divulga, es reconocer que todo lo que pasa por nuestras mentes nos afecta y que lo que se debe enseñar a la gente es a usar su propia cabeza, por este principio es que la PNL incursionó en el

proceso educativo. No se trata de un proceso mágico, se trata de involucrar dos elementos: la autoconciencia y la disposición a cambiar (Serrat, 2005 y Gómez, 2015). El punto de partida es reconocer cómo se percibe la realidad, interna y externa, y cómo responde el cerebro frente a dichos estímulos, por eso en el proceso de investigación, se involucró el diseño y validación de un instrumento con base en las aportaciones de Dunn y Dunn (1985) *quienes contribuyeron a enfatizar en tres clasificaciones, que denominaron canales de percepción: visual, auditivo y kinestésico (VAK)* (como se citó en Gamboa, Briceño & Camacho, 2015).

Para comprender la importancia de los estímulos y su procesamiento, a través del Sistema Nervioso Central, SNC, se continúa con el siguiente aparte.

#### *El sistema nervioso y el proceso de aprendizaje*

El SNC tiene como función percibir los estímulos del mundo exterior y transmitir los impulsos nerviosos involucrados en las sensaciones y dirigirlos a los centros de elaboración. Una descripción general de su funcionamiento se presenta en la Figura 3.

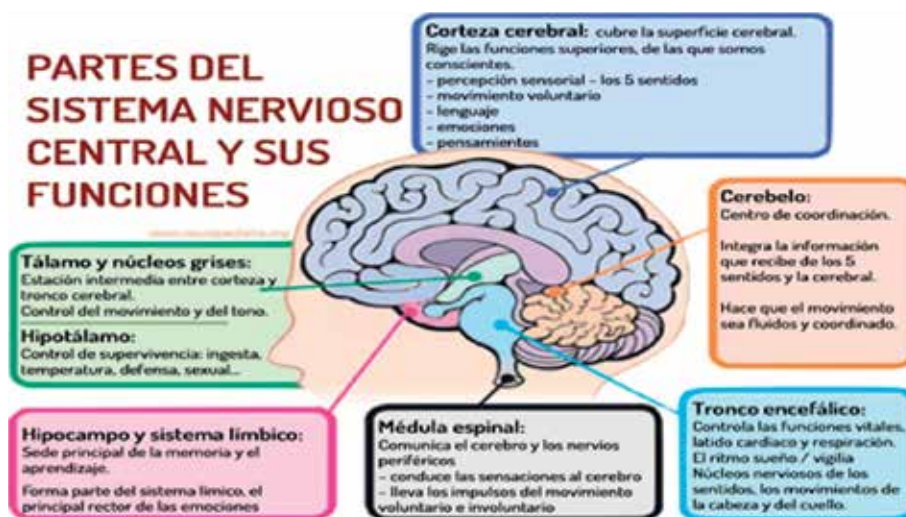
#### *El cerebro y su relación con los procesos de aprendizaje*

La neocorteza se divide en dos hemisferios cerebrales, el izquierdo y el derecho, es el cerebro pensante, allí sucede el razonamiento, la conducta intencionada, el lenguaje y las funciones intelectuales como solución de problemas, la planeación, la imaginación y la creatividad (Gómez, 2015).

El conocimiento acerca del funcionamiento del cerebro es necesario para diseñar experiencias organizadas y sistemáticas que faciliten el abordaje con modelos de intervención, se trata de favorecer la transformación de todos los estímulos en experiencias significativas de aprendizaje. Serrat (2005) señala que el cerebro humano tiene dos hemisferios y cada uno de ellos centraliza en una tarea fundamental, con el propósito de construir un mapa mental de las situaciones. El



**hemisferio izquierdo**, ordena la información que necesita, selecciona lo importante de lo que no lo es; acomoda detalles, investiga sobre el tema, acomoda partes y su relación con el tema principal y prepara material para la elaboración, generalmente en el entorno educativo, como lo señala Istúriz y Carpio (1998) se promueve el uso de palabras, números, símbolos y abstracciones, obstaculizando el uso de todo el potencial que el estudiante tiene en su cerebro. Los procesos conscientes se llevan a cabo en el hemisferio izquierdo.



*Figura 3. El sistema nervioso central y su funcionamiento*

*Nota: Tomado de: <http://uri.ca/p2w29>*

En el **hemisferio derecho** ocurren las funciones cognitivas no dominantes que incluyen la conciencia, el visualiza la idea central o general, crea imágenes, combina y elige colores, visualiza la estructura de mapa, estableciendo asociaciones y conexiones y almacena información para usar posteriormente. La conjugación de estas tareas sucede en el cerebro, es decir, es en el cerebro en donde a través de procesos cognitivos básicos y superiores, se propicia el aprendizaje.

El aprendizaje sucede en el cerebro, de acuerdo con la teoría de Cerebro Triuno propuesta por MacLean (1960; 1990) donde la información

adquiere significado y sentido de acuerdo con los procesos cognitivos descritos en la Figura 4. El ser humano tiene la capacidad para aprender y recordar, por eso se afirma que supera a las computadoras, El aprendizaje es más efectivo cuando los participantes pueden ser productivos, cuando tienen algo interesante, divertido, emocionante que hacer cuando las situaciones le generan expectativas.

Es importante precisar que el cerebro responde a estímulos de brillo, color movimiento: que corresponden al sistema representativo primario visual. De igual manera a estímulos como tono, volumen y velocidad: a nivel auditivo, y a nivel kinestésico a estímulos como temperatura, presión, suavidad o aspereza. El involucrar ambos hemisferios cerebrales, libera las habilidades naturales de la genialidad. Los niños tienen un ansia de perfección y una receptividad magnificada que se constituye en talento o pensamiento genial que debería cultivarse a lo largo de la vida.

Con respecto a la conformación del cerebro humano, Altimira (2011) señala que en esencia hay tres cerebros que tienen su propia inteligencia: el reptiliano, el límbico y el neocórtex que están interconectados a nivel neuronal y bioquímico. El cerebro reptiliano y el límbico, constituyen el cerebro emocional inconsciente y el cerebro racional o consciente es el neocórtex. En la Figura 3 la corteza cerebral es el neocórtex, esta es la base fisiológica que se describe en la propuesta por el neurocientífico norteamericano Paul MacLean, en la década de los 50 y que hace parte de la Teoría Triuno de MacLean.

El cerebro reptil donde se ubica la inteligencia básica, asociada a las emociones también desempeña una función esencial en el proceso de aprendizaje, la excitación emocional activa la atención y la memoria. Cuando se involucra la emoción, se carga el intelecto (Gómez, 2015). Este es otro postulado que se toma como referente para la implementación de la PNL como estrategia que busca mejorar la motivación de los estudiantes y su permanencia en el proceso de formación, orientando el proceso educativo hacia la construcción intencionada del aprendizaje,

a través de la planeación pedagógico-didáctica que se describe en los aspectos metodológicos.



*Figura 4. Procesos cognitivos que transforman los estímulos percibidos por los sentidos*

Ahora bien, es en el cerebro donde se suscitan los procesos cognitivos. Enseñar con todo el cerebro implica, que en nuestra futura labor de docentes se ayude a nuestros alumnos a utilizar todo su cerebro en la situación de aprendizaje, es decir, se tiene la necesidad de formar individuos con pensamientos críticos (desarrollo hemisferio izquierdo, haciendo análisis) y creativos (desarrollo hemisferio derecho: haciendo síntesis).

Interconectando las funciones cerebrales y las fuentes y recursos de la PNL, es pertinente buscar la eficacia mental a través de:

1. La decodificación de las experiencias subjetivas.
2. Un conjunto de herramientas y técnicas de comunicación.
3. Una modelización de la excelencia para facilitar reproducir la destreza de otras personas e incorporarlas con mayor facilidad a nuestra conducta.
4. Una educación del cerebro permite utilizar las capacidades individuales.
5. Una variedad de recursos para comprender a los demás e inducir cambios en ellos.

De acuerdo con la PNL pensar es hacer, si creo que algo es posible, será posible, si algo no lo es, no será; por postulados como este, es valiosa su incursión en el área de la educación en diferentes niveles, en búsqueda del aprendizaje. Si la PNL es una forma de aprendizaje acelerado o de enseñanza holística que promueve utilización de los dos hemisferios cerebrales para sacar los mejores beneficios de su potencialidad, entonces cumplirá con los diez principios del aprendizaje acelerado que propone Caskey (1980) para trascender del aprendizaje tradicional:

1. Un escenario atractivo y cómodo para el aprendizaje aumenta la asimilación y la retención.
2. Un estado relajado (físico y mental) mejora el aprendizaje y la retención.
3. Una entrada hacia ambos hemisferios (aprendizaje con la totalidad de la mente) incrementa la adquisición de nuevo material.
4. La utilización simultánea del aprendizaje consciente e inconsciente (en doble plano) facilita el aprendizaje y lo hace más productivo.
5. Una metodología organizada (componentes y secuencia) supera las barreras autosugestivas que inhiben o rechazan el nuevo aprendizaje.
6. La metodología que destaca elementos didácticos, psicológicos, multisensoriales y artísticos aumenta el aprendizaje y la retención.
7. Fortalecer las condiciones psicosociales destaca la concentración, en tanto que la música de fondo relaja, lo que incrementa el recuerdo y la memoria a largo plazo.
8. La retención aumenta si la información se observa como creíble y procedente de alguien con autoridad.
9. Una atmósfera positiva que estimule el aprendizaje aumenta el mismo y la retención.
10. El éxito en el aprendizaje destaca los autoconceptos y propicia el ajuste personal y la autoconfianza (como se citó en Gómez, 2015, p.113-114).

Por su parte, la Alianza Internacional para el aprendizaje (AIL) propone 11 elementos considerados como fundamentales para la enseñanza y el aprendizaje exitoso, con los cuales esta relaciona la PNL. Gómez (2015) los señala así:

- Conocimiento acerca del cerebro: el cerebro es el centro del proceso de aprendizaje.
- Estado emocional: es importante para el aprendizaje, crear un ambiente bajo en estrés y lleno de diversión, es clave a todo nivel.
- Música: la música facilita el aprendizaje porque conecta emociones y facilita la memorización. Se aconseja la música clásica y los sonidos de la naturaleza (Beethoven, Bach, Mozart, Respighi (*Los pinos de Roma*), Handel (Música acuática), entre otras. La música aumenta la retención de manera significativa, el ritmo y la rima aumentan la retención de como lo demostró Lozanov (como se citó en Gómez, 2015, p.116).
- Un estado mental positivo: que se relaciona más a un estado alerta, en el cual los actores del proceso educativo, tengan niveles de energía altos que generen a su vez atención.
- Autoestima: que se conecta con la autoconfianza y las expectativas personales que determinan la motivación y el logro del estudiante, un ambiente adecuado favorece el aprendizaje. Uno de los presupuestos de la PNL es que “nunca se fracasa, solo se obtienen resultados” y esto es lo que debe fomentar el docente como una creencia en sus alumnos.
- Inteligencia individual: cada persona tiene unas fortalezas y debilidades, es necesario respetar las diferencias individuales para favorecer la confianza requerida para alcanzar los logros.
- Imaginación y sugestión: la imaginación debe estar presente como elemento motivador y generador de visualización y creatividad. La sugestión por su parte la transmite el docente con su actitud que debe siempre promover el entusiasmo y la necesidad de alcanzar el éxito académico. Los estudiantes ven en el profesor el modelo a imitar.
- Cooperación: el trabajo en equipo favorece la inteligencia intrapersonal y se cooperará con la socialización de los más tímidos en el ambiente de aprendizaje, también se crea la condición para que los aventajados comuniquen sus estrategias y los demás les modelen para facilitar el aprendizaje.
- Proceso para el mejoramiento de la educación: debe existir siempre el proceso de autoevaluación para mantener lo que se está haciendo bien

y se transformen las cosas que no están funcionando para mejorar la calidad del proceso.

- El ambiente de aprendizaje: hace referencia a las condiciones del material con el cual se contará para el proceso, la inclusión de colores, letras grandes, información concisa entre otros, con el fin de mantener la novedad o el interés.

Adicional es notable, la incursión del *juicio crítico* porque el proporciona la claridad para seleccionar las situaciones favorables y desfavorables para la realización de los sueños.

Articulando los elementos puestos en escena, se puede establecer que existe una relación directa entre los canales de percepción, el sistema representativo preferente de una persona, y la manera como aprenden los individuos que les otorgan unas características, las cuales se describen en la Tabla 2.

**Tabla 2. Canales de percepción y características derivadas en el aprendizaje y en el comportamiento de las personas**

| Canal de percepción        | Características fisiológicas  | Cómo aprende  |
|----------------------------|---|---|
| Visual                     | En general, las personas visuales hablan más de prisa, tienen voz más aguda, tienen pocas faltas de ortografía y respiran superficialmente es decir, de forma torácica. | Con estímulos visuales, a través del uso de colores, mapas organizadores de información, diagramas y gráficos en general. Piensa en imágenes, almacena rápidamente información, le gustan las descripciones, imagina la escena, aprende cuando sabe para dónde va. Se le dificulta recordar lo que oye, no le molesta el ruido. |
| Kinestésico o cenes-tésico | Hablan más lentamente, tienen voz más grave y respiran por el abdomen. Son hábiles en artes plásticas, teatro y literatura.   | A través de representaciones, actividades que impliquen hacer.  |
| Auditivos                  | Poco hábiles para la ortografía, tienen habilidades para los idiomas y para la música.  | Estímulos auditivos diferentes a la voz e instrucciones repetitivas, aprende el paso a paso, no tiene una visión global. Recuerda lo que oye, se distrae con el ruido.  |

*Nota: Elaboración propia con base en los postulados de Serrat (2005), Cazau (2005) y Álvarez, Cruz y Camarillo (2014)*

### *Importancia de la PNL en los procesos educativos*

Organizando el tema de la comunicación asertiva y la PNL en el ambiente de aprendizaje, se considera como punto de partida, conocer a los actores del proceso educativo para comprender cómo leen el mundo.

El docente debe trazar claramente las metas u objetivos que pretende alcancen sus estudiantes, para realizar una planeación didáctica adecuada, que propenda por los procesos cognitivos que desencadenarán el aprendizaje. Como estrategia pedagógica el docente podrá emplear la PNL comprendiendo que esta pretende analizar cómo funciona el mundo y cómo lograr el éxito en nuestra vida, se pretende remover barreras mentales para poder lograr el éxito académico.

En coherencias con lo expuesto por Gómez (2015) y Boyes (2014), la PNL se conoce como un modelo ensayado, evaluado y puesto en marcha que ofrece habilidades y destrezas para crecer. Con su uso frecuente se espera lograr un mayor rendimiento, la PNL propone disfrutar, experimentar cosas nuevas todo el tiempo.

### *Los fundamentos de la PNL que pueden transferir en el aula de aprendizaje*

- Comunicarse bien para tener éxito en la vida personal y profesional, la excelencia se debe incorporar en el diario vivir.
- Modelar las conductas de éxito para reproducirlas.
- Recordar y programar a todos los actores frente a que las situaciones o eventos de la vida, no hacen la diferencia, sino lo que usted hace con ellos.
- Los pensamientos conscientes e inconscientes se comunican verbalmente.
- A través de la PNL se pueden transformar los comportamientos y actitudes para lograr los resultados esperados.
- Recordar que las instrucciones para cambiar vienen del consciente pero quien aprende las nuevas formas de hacer las cosas para generar

nuevos comportamientos es el subconsciente o inconsciente, las contradicciones permiten esta situación de alerta que manejada asertivamente, conduce a un aprendizaje. Cada persona tiene un reservorio de creencias, motivaciones y comportamientos, se trata de dirigir este hacia las condiciones que favorezcan el éxito en todo nivel (Boyes, 2014).

- De acuerdo con el antropólogo Gregory Bateson, si las personas pueden cambiar las creencias pueden procurar diferentes patrones de comportamiento.
- El pensamiento de las personas es producto de sus creencias y valores conscientes e inconscientes. Al modelar a alguien se identifica a la persona que realiza una actividad de manera satisfactoria y la analiza para descubrir el lenguaje (las palabras que usa, como utiliza su cuerpo). Cualquier persona está en capacidad de lograr el éxito, aprendiendo cómo otras personas consiguen resultados.

Dando cierre a este capítulo, en el proceso de la innovación a través de la implementación de la PNL como estrategia pedagógica para el proceso de aprendizaje en los ambientes planificados didácticamente, en búsqueda de la realización personal del estudiante, orienta al éxito académico, fue necesario entrar en sintonía con los estudiantes de acuerdo con la propuesta inicial de la PNL, configurada por etapas: la etapa de **calibrado** que requiere de una observación permanente y atenta del proceso, la etapa de **moldeado** (que consiste en seguir al que se escucha, al líder que permitirá el éxito de otros que será el docente y los pares al interior de cada ambiente de aprendizaje diseñado) y la etapa de **influencia** (en donde se hacen las sugerencias y recomendaciones), luego de la **sintonía**. La invitación es conocer a sus estudiantes, recuerde que la secuencia efectiva de la comunicación empieza y termina con los sentidos. Después de medir la efectividad del ambiente diseñado a través de los índices de permanencia y rendimiento académico, se tomarán las decisiones necesarias para continuar o no con la innovación en coherencia con lo expuesto por Serrat (2005) “desde la PNL todo comportamiento tiene una intención positiva, toda persona selecciona la mejor alternativa



entre las disponibles, un comportamiento tan solo tiene sentido en el contexto donde tiene lugar y si lo que se hace no funciona hay que hacer otra cosa” (p.16).

*El docente puede empoderar las creencias de sus estudiantes para lograr el éxito*

Siguiendo a Boyes (2014) y Gómez (2015), se transfieren las claves de la PNL a docentes y estudiantes para empoderar las creencias que generan éxito, al ambiente de aprendizaje, siguiendo los siguientes postulados:

1. *Un mapa es solo un mapa:* La representación que cada persona hace del mundo o de un contexto en particular, no es una verdad absoluta. Lo que se considera verdadero es su percepción, pero eso no debe ser inflexiva ni resistente al cambio. Es importante que se establezca un espacio de negociación con el estudiante, reconociendo con esto que no se posee la verdad absoluta, debe existir actitud de cooperación para el logro de los objetivos.
2. *El respeto por el pensamiento ajeno:* si se parte de esta premisa, la calidad de las relaciones con los demás, mejora. El respeto permite tener relaciones efectivas, sanas y productivas.
3. *Lo que usted hace no siempre es lo que usted es:* un comportamiento no determina lo que es una persona, las situaciones y la reacción frente a ella, no determina, el ser de la misma. Las conductas son las acciones y dependen de la situación del estímulo externo, la interpretación que se hace del mismo, es decir, el mapa que se hace, la decisión que se toma con base en el estímulo del momento. La conducta es el comportamiento, diferente a la identidad, que se relaciona con los valores y las creencias.
4. *La gente trabaja perfectamente:* las personas están satisfechas cuando lo que hacen es efectivo, es decir, los mapas están funcionando de manera adecuada, si no es así, re programe la mente cambiando las instrucciones y estableciendo una nueva meta.
5. *Todos tenemos los recursos que necesitamos:* la PNL considera que en ocasiones no usan los recursos o habilidades necesarias o no se sabe

cómo usarlos para alcanzar los logros, pero se cuenta con ellas, se trata de corregir y dirigir hacia el éxito.

6. *Pensamiento positivo como principio básico*: cuando observe a alguien en un comportamiento inadecuado esfuércese por encontrar lo positivo, no se fije en el error.
7. *Usted consigue lo que logra comunicar*: no bastan las palabras en una eficiente comunicación, recuerde que el lenguaje corporal hace parte de la misma, cambie las maneras para que los mensajes recibidos por el otro, sean los que se desean.
8. *La empatía determina el éxito*: es importante encontrar el cómo generar la empatía con el otro, pensando en una comunicación armónica que se asocia en el logro del éxito.
9. *Ser flexible asegura una alta posibilidad de éxito*: ser flexible permite interrelacionarse con varias personas y generar empatía a la vez, hay que ser flexible en la forma de pensar para ser más influyente.

### *Comunicaciones corporales en el aula*

Los docentes deben tener presente que la comunicación corporal o la expresión corporal puede conectar positiva o negativamente con los estudiantes, por lo anterior, se presentan las recomendaciones generales para tener el lenguaje ideal en el ambiente de aprendizaje y favorecer la comunicación asertiva (ver Tabla 3).

Los recursos que aporta la PNL para el trabajo de los docentes son el uso de las *anclas* que corresponde a las conductas que provocan un estado de ánimo concreto, anclar es asociar, entonces como lo señala Álvarez, Cruz y Camarillo (2014) “se puede aprender a juntar conductas de excelencia por medio de señales las cuales pueden ser palabras, gestos, sonidos, entre otras” (p.41), que se constituyen en anclas auditivas, visuales o cenestésicas. Esta sin lugar a dudas mejora los resultados en la comunicación y en general en el proceso emprendido.

**Tabla 3. Lenguaje corporal y su significado en la comunicación**

| Lenguaje corporal  | Significado   | Calificación PNL              |
|--|---|-------------------------------|
| Pararse con las manos en la cadera.                                  | Buena disposición para hacer algo.                          | Lenguaje corporal apropiado   |
| Mirar directamente a los ojos a la otra persona.                     | Escucha atenta y le interesa lo que se le quiere comunicar. |                               |
| Mantener una distancia considerada de la otra persona.               | Respeto por el espacio personal.                            |                               |
| Sonrí sin exagerar.  | Confianza, alegría y buena disposición.                     |                               |
| Palma de la mano abierta.  | Sinceridad, franqueza inocencia.                            |                               |
| Caminar erguido.   | Confianza y seguridad en sí mismo.                          |                               |
| Inclinar la cabeza.  | Interés.  | Lenguaje corporal inapropiado |
| Golpear ligeramente los dedos.                                       | Impaciencia.  |                               |
| Frotarse las manos.  | Impaciencia.  |                               |
| La cabeza descansando sobre las manos o mirar hacia el piso.         | Aburrimiento.   |                               |
| Cruzar las piernas, balanceando ligeramente el pie.                  | Aburrimiento.   |                               |
| Caminar con las manos en los bolsillos o con los hombros encorvados. | Abatimiento.  |                               |
| Unir los tobillos.   | Aprensión.  |                               |
| Mirar hacia abajo.   | No creer en lo que se escucha.                              |                               |
| Manos agarradas hacia la espalda.                                    | Furia, frustración y aprensión.                             |                               |
| Frotarse un ojo.   | Dudas.  |                               |
| Dar un tirón al oído.  | Inseguridad.  |                               |
| Tocarse ligeramente la nariz.  | Mentir, dudar o rechazar algo.                              |                               |
| Sentarse con las manos agarrando la cabeza por detrás.               | Superioridad.   |                               |
| Apretarse la nariz.  | Evaluación negativa.  |                               |
| Manos en la mejilla.   | Evaluación.   |                               |
| Brazos cruzados a la altura del pecho.                               | Actitud a la defensiva.                                     |                               |
| Entrelazar los dedos.  | Autoridad.  |                               |

*Nota: Elaboración propia con base en Ferrari (2008) (citado en Cuevas, Domínguez y Camarillo, 2014)*

### *Promoción de las capacidades individuales en el aula*

Para que los actores en el ambiente de aprendizaje hagan uso de sus potencialidades y logren el éxito es importante implementar algunas de

las estrategias descritas a continuación que permiten replantar lo que se hace y sus finalidades. La PNL motiva a analizar los cambios que se efectúan y cuáles son positivos y cómo potenciarlos.

Los cambios que se implementan, pueden ser básicos o complejos y de acuerdo a ello Serrat (2005), presenta la clasificación descrita en la Tabla 4.

**Tabla 4. Tipos de cambios para alcanzar el éxito académico**

| Tipos de cambios | Nombre       | Cambios en relación a  |
|------------------|--------------|--|
| Básicos          | Remediativos | El entorno y las conductas centradas en la clase puntual   |
| Complejos        | Generativos  | Capacidades y creencias con el propósito de mejorar la motivación del alumnado y potenciar la autoestima |
|                  | Evolutivos   | Identidad y misión. Quién soy yo y quién me gustaría ser, cuál es mi misión                              |

*Nota: Elaboración propia con base en Serrat (2005)*

### *Lenguaje oral en el aula*

Utilizar frases en positivo es la clave, nada que indique negatividad debe incluirse en la comunicación.

De acuerdo con Bandler (1985) se deben utilizar instrucciones en donde la palabra *mente* esté presente, por ejemplo:

- Lean *detenidamente* las instrucciones.
- Subrayen *atentamente*.
- Hagan sus diapositivas *cuidadosamente*.

La mente recibe las instrucciones directamente, y lo hace como se indique: *detenidamente*, *atentamente*, o *cuidadosamente* (citado en Álvarez, Cruz & Camarillo, 2014). Aquí entran en juego dos aspectos, el poder de la palabra y que la gente que se siente bien consigo misma, produciendo resultados positivos (Armas & Von Ruster, 2009).

### **Reglas para el éxito en un ambiente de aprendizaje**

En general hay que considerar los principios que desde el PNL se promulgan para el éxito.

El docente debe conocer que la PLN tiene cuatro reglas para el éxito que se pueden transferir al ambiente de aprendizaje, en búsqueda del éxito académico.

1. *Tener claro los objetivos de aprendizaje:* si se tiene claro lo que se busca en el ambiente de aprendizaje se lograrán los propósitos del mismo. “La única forma de lograr cosas concretas en su vida es teniendo claro lo que se desea y cómo lograrlo” (Boyes, 2014). Para ello las metas deben ser claras para el estudiante, motivarle al logro y trazar la ruta para conseguirlo.
2. *Tome las decisiones para conseguir los objetivos:* el docente debe orientar al logro y la importancia de organizar su tiempo y la ruta para lograr lo pretendido.
3. *Sea flexible:* hay que presentarle a los estudiantes varias alternativas para mejorar y alcanzar sus logros, indicarle los errores para que cambie lo que está realizando equivocadamente y finalmente, logre el objetivo. Aquí aplica el modelar para lograr el éxito de quien lo consigue por su talento en la primera oportunidad.
4. *Estar atento:* el docente debe seguir el proceso de manera continua para identificar como ser facilitador y guía para el éxito académico.

*La planeación pedagógico-didáctica en un ambiente de aprendizaje es clave para el aprendizaje*

Involucrar estrategias que propendan por el desarrollo de las inteligencias múltiples para potenciar el aprendizaje es un aspecto a considerar en el diseño de los ambientes de aprendizaje.

De acuerdo con la teoría de Gardner (1983), los seres humanos poseen en mayor o menor medida tipos de inteligencia que le permiten resolver problemas, Gardner ha hecho durante más de 20 años reajustes y reformulaciones a su teoría, para 2006 se habían reportado en total 11 inteligencias; las siete iniciales (lingüística, lógico-matemática, musical, cenestésica-corporal, espacial, interpersonal, intrapersonal), la octava corresponde a la naturalista, como aporte del profesor brasileño Nilson Machado.

La novena es la pictórica; las nuevas inteligencias producto de las investigaciones reportan la sexual, la digital que hace mención a las habilidades para manejar las nuevas tecnologías y, finalmente, la existencial o espiritual. “Otros como Saturnino de la Torre, hablan de inteligencia creativa. Hay quienes consideran la intuición como otro tipo de inteligencia y la habilidad culinaria como una forma especial de inteligencia” (Ander, 2006) (citado en Gamboa, García & Beltrán, 2013, p.106).

Como se señaló en una investigación previa, los seres humanos pueden potencializar sus inteligencias y eso se conoce como la *ventana de oportunidades*, las fibras nerviosas capaces de activar el cerebro necesitan ser construidas, y lo son por los retos y estímulos a que está sometido el ser humano; el cerebro al inicio es una masa casi inerte sin las experiencias que le llevan al aprendizaje. En un recién nacido los dos hemisferios del cerebro aún no están especializados, eso irá ocurriendo lentamente hasta los cinco años y rápidamente hasta los dieciséis años, pero de modo desigual en cada hemisferio y para cada inteligencia (Gamboa, García & Beltrán, 2015, p.108).

**Tabla 5. Inteligencias propuestas por Gardner Vs estrategias didácticas que se pueden proyectar en la planeación pedagógico-didáctica**

| Inteligencia      | Características   | Estrategias didácticas que se pueden proyectar en la planeación   |
|-------------------|---|---|
| Lógico-Matemática | La inteligencia lógico-matemática se observa en la habilidad para el desarrollo del cálculo, para usar los números de forma efectiva y razonar adecuadamente  | Modelamiento, Club de revistas, Resolución de problemas, Acertijos; Comparación y contraste, Aprendizaje basado en problemas (ABP), Deducción e Inducción |
| Lingüística       | Esta inteligencia se basa en la capacidad para disponer palabras de manera efectiva, sea en forma oral o de manera escrita, representa un instrumento esencial para la supervivencia del ser humano moderno, el lenguaje constituye el mecanismo más importante y algunas veces, el único de la comunicación, a pesar de ello, algunas personas no utilizan completamente ese potencial, debido al limitado vocabulario que conocen | Debates, Mesas redondas, Preguntas, Exposiciones, Lecturas dirigidas, Lectura autorregulada, Descripción, Reseña, Resumen y Narración                     |

| <b>Inteligencia</b>      | <b>Características</b>  | <b>Estrategias didácticas que se pueden proyectar en la planeación</b>  |
|--------------------------|---|---|
| Espacial                 | Atunes (2000) señala que esta inteligencia envuelve la sensibilidad al color, la línea, la forma, el espacio y las relaciones que concurren entre estos elementos. Incluye la capacidad de visualizar, de plasmar de manera gráfica ideas visuales o espaciales | Ajedrez, Ideogramas, Mentefactos, Mapas conceptuales, Flujograma o diagrama de flujo y Dibujos                          |
| Pictórica                | Capacidad de expresión mediante trazo, dibujo o caricatura, hacer bocetos, entre otros  | Dibujos, Imágenes de personas y lugares; Asociar objetos y colores, Delinear y Modelar en diferentes materiales figuras |
| Musical                  | Para Gardner, se expresa a través de tres competencias básicas: un sentido para los tonos (frecuencias, un sentido para el ritmo y un sentido para las tonalidades (Ander, 2006, p.7)   | Lectura de notación musical, Composición musical, Composición rondas, coplas y canciones                                |
| Sexual                   | Está relacionada con la manera de vincularse al placer erótico/sexual (Ander, 2006, p.6)  | Actividades de socialización, con participación de diversos géneros   |
| Digital                  | Habilidad para manejarse con las nuevas tecnologías (Ander, 2006, p.6)  | Foros, Chats, Actuaciones en mundos virtuales y en general uso herramientas web   |
| Corporal cinestésica     | Control de movimientos corporales. Habilidades y destrezas manuales para realizar actividades detalladas y en pequeñas dimensiones  | Dramatizaciones, Danzas, Deporte y Juegos   |
| Intrapersonal            | Reconocimiento de sí mismo y de sus procesos intelectuales y las emociones. Autoestima y autoconocimiento   | Trabajo en equipo, Juego de roles y Reflexión   |
| Interpersonal            | Capacidad empática y habilidades sociales<br>Esta inteligencia permite leer al otro en una relación social, se leen las intenciones y pretensiones de los otros   | Trabajo en equipo, Juego de roles y Reflexión   |
| Naturalista              | Capacidad que se asocia al reconocimiento de las especies en un entorno natural y establecer diferencias entre ellas<br>Capacidad para discriminar  | Trabajo de Campo, Observación del entorno, contexto natural y Salidas ecológicas  |
| Existencial o espiritual | Sentido de la existencia (Ander, 2006, p.6)<br>Escala de valores  | Trabajo en equipo, Actividades sociales y religiosas  |

*Nota: Tomado de Gamboa, García y Beltrán, 2013, p.107*

Finalmente, la implementación de la PNL como estrategia pedagógica articulada a una planeación didáctica claramente intencionada, coadyuvará a la consecución de las habilidades necesarias para promover las competencias en los estudiantes, articulando los conocimientos disciplinares con las ideas previas que cada actor pone en escena en el ambiente de aprendizaje, y la promoción de procesos cognitivos y metacognitivos a través de las actividades en el aula. Siguiendo los postulados de la PNL como un modelo para el desarrollo de competencias, la elección de esta técnica no es fortuita, coinciden en la filosofía de promover la autonomía del estudiante, su autoaprendizaje y el desarrollo de competencias a partir del compromiso durante el proceso de aprender (Sánchez & Boronat, 2014). Como lo señala Bayón *et al.* (2006) la aplicación del coaching transporta a las personas, desde donde se encuentran hoy hacia donde les gustaría estar mañana, siendo *Coach* el facilitador del viaje (como se citó en Sánchez & Boronat, 2014, p.220).

El coaching viene de una palabra francesa que significa “transportar personas importantes de un lugar a otro” Diccionario Cambridge, 2006; y se asocia a una práctica cíclica que evalúa estrategias que se implementan a través de una planeación, se ejecuta y se evalúa su pertinencia haciendo ajustes de acuerdo con los resultados. Buscando establecer las mejores prácticas (MEN, 2012).

Según la federación internacional de Coach, el coaching se define como una relación continua que se centra en los estudiantes que toman acción para lograr sus metas personales y profesionales, ya que se fortalece la conciencia sobre las acciones actuales y al mismo tiempo se proporciona una realimentación significativa. El coaching se refiere a una combinación de estrategias y habilidades, eficaces que apoyan a las personas a través de un proceso de cambio (MEN, 2012, p.4).

La corriente psicológica que sustenta el paso del coaching del ámbito empresarial, a las Ciencias Humanas y Sociales, son los postulados del constructivismo que establecen que:



La persona (cognitiva, social y afectivamente) es el resultado de la construcción producida por la interacción entre el ambiente y el individuo. Las construcciones se producen cuando el sujeto interactúa con el objeto de conocimiento (Piaget), cuando tal interacción se realiza con los otros (Vygotsky) y cuando es significativo para el sujeto (Ausubel) (Sánchez & Boronat, 2014, p.221).

El ambiente de aprendizaje diseñado desde una planeación pedagógico-didáctica intencionada con el propósito de generar aprendizajes significativos y que conduzcan a los estudiantes al éxito académico, es la innovación que se plantea en este estudio. Al respecto de la incorporación del coaching en ambientes de aprendizaje autores como Lofthouse, Leat y Towler (2010), sugieren que el coaching tiene como objetivo mejorar la enseñanza y el aprendizaje, haciendo hincapié en la práctica profesional. Hargrove (2000) señala que el coaching es todo lo que haces para producir resultados extraordinarios y mejorar el pensamiento estratégico, mientras construyes la capacidad que tú necesitas para triunfar (como se citó en MEN, 2012, p.5).

La innovación planteada implementa la PNL como estrategia pedagógica articulada a la planeación didáctica, donde el docente como experto reconoce a sus estudiantes y planea actividades que les permita percibir la realidad desde diferentes canales, los conduce al éxito académico. En el ambiente virtual, se pasa de un acompañamiento docente general para el curso, a un acompañamiento de tres docentes, uno especializado para cada unidad del curso con el fin de que los estudiantes moldeen prácticas de éxitos y puedan aprehender a resolver problemas, estrategia didáctica planteada para el curso intervenido.

En este proceso investigativo se medirá el *Impacto de los ambientes de enseñanza-aprendizaje diseñados con base en la programación neurolingüística (PNL) y los estilos de aprendizaje de sus actores, en la retención estudiantil y la motivación extrínseca de los estudiantes*, en dos universidades públicas colombianas de metodología presencial y a distancia en modalidad virtual.